

# App erleichtert Gespräche über das Leben

*Das Forschungsteam BaSeTaLK hat gemeinsam mit Menschen im Alter eine App zur Biografiearbeit für Bewohner:innen in Senioreneinrichtungen entwickelt. Sie befähigt insbesondere Ehrenamtliche, biografische Gespräche zu führen.*

*Text: Vera Leusch, Sabine Corsten, Katharina Giordano, Daniel Kreiter, Norina Lauer*

Foto: Werner Krüper



Das Projekt „Biografiearbeit in Senioreneinrichtungen mit Tablet-Unterstützung zur Verbesserung der Lebensqualität und Kommunikation“ (BaSeTaLK) wurde von Prof.in Dr. Sabine Corsten der Katholischen Hochschule (KH) Mainz und Prof.in Dr. Norina Lauer der Ostbayerischen Technischen Hochschule (OTH) Regensburg ins Leben gerufen. Gefördert wird es vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF).

### Der Hintergrund: Biografiearbeit stärkt Identität

Die Idee dazu entstand aus einem Vorprojekt der Kooperationspartner:innen zur Biografiearbeit in Selbsthilfegruppen für Menschen mit erworbener Sprachstörung (Aphasie). Da die Beteiligten sehr vom biografischen Austausch profitierten und ihre Lebensqualität signifikant stieg, wollten die Professorinnen diese Methode auch anderen zugänglich machen. BaSeTaLK richtet sich an Bewohner:innen von Senioreneinrichtungen. Gerade ältere Menschen im Heim sind in ihrer Mobilität und Kommunikation eingeschränkt. Ihre Sozialleben wandelt sich, auch durch Verluste Nahestehender. Studien zeigen, dass Heimbewohner:innen von einem Verlust des Lebenssinns, von Traurigkeit sowie Einsamkeit betroffen sind. Einsamkeit und kognitive Beeinträchtigungen gelten nach aktuellen Forschungserkenntnissen als Hauptprädiktoren für depressive Symptome. Daher ist es gerade für diese Zielgruppe Prävention bedeutsam, wie sie auch das politische Ziel laut Siebtem Altenbericht der Bundesregierung ist. Studien zeigen, dass über Biografie- oder Erinnerungsarbeit eine aktive Auseinandersetzung mit der Lebensgeschichte gelingen kann, wodurch sich das psychologische Wohlbefinden steigern lässt. Biografiearbeit ermöglicht die Rekonstruktion der eigenen Lebensgeschichte im Austausch mit anderen. Dadurch werden Identitätsentwicklungs- und Coping-Prozesse stimuliert. Technische Hilfsmittel können dazu beitragen, Erinnerungsarbeit systematisch umzusetzen.

Das dreijährige Verbundprojekt startete 2019 in einem fünfköpfigen Team. Es setzte sich das übergeordnete Ziel, die Lebensqualität institutionalisierter älterer Menschen über das Angebot einer Tablet-gestützten Biografiearbeit zu steigern. Im Zentrum des Entwicklungsprozesses stand die Frage: Wie sollen eine Maßnahme und eine App gestaltet sein, so dass ältere Ehrenamtliche biografische Gespräche mit Bewohner:innen von Senioreneinrichtungen anleiten können?

### Das Tool: eine App zur Biografiearbeit

Zum Auftakt des ersten Projektjahres wurden erste Ideen entwickelt und in Form eines Prototyps umgesetzt. Die Weiterentwicklung erfolgte in einem nutzerzentrierten Entwicklungsprozess. Hierzu trafen sich monatlich zwei Bewohnerinnen, zwei Ehrenamtliche sowie die Projektmitarbeitenden zu sogenannten Fokusgruppen.

### Gesprächseinblick – Ausflug zum Meer

„Wohin soll die Reise gehen?“ heißt es auf der Startseite der BaSeTaLK-App. Zur Auswahl stehen Theater, Wald, Berge und vieles mehr. Der 79-jährige Bewohner Herr Bohm (Name geändert) sowie der 70-jährige Ehrenamtler Herr Laub (Name geändert) entscheiden sich dafür, einen Ausflug ans Meer zu machen. Nach dem Blitzlicht, das die Gesprächspartner dazu einlädt, über ihre Befindlichkeit zu erzählen, ruft Herr Laub das Foto zum ersten Standort auf. Zu sehen ist ein Trampelpfad durch den Sand, der vorbei an Dünen zum ruhigen Meer führt. „Erinnert Sie dieses Bild an etwas?“, fragt Herr Laub. „Ja, an schöne Sachen und auch an ganz traurige“, antwortet Herr Bohm. Nun gehen seine Gedanken zurück zu einem Erlebnis vor rund 60 Jahren, als er als Gruppenleiter mit Kindern in einem Zeltlager an der französischen Atlantikküste war. „Ich würde heute zu jeder Zeit, wenn ich könnte, wieder hinfahren zu dieser Stelle“, sagt er und erzählt lebhaft von seinen Erinnerungen.



Einblicke in die BaSeTaLK-App (Screenshot) zum Thema Meer.

Mit dem Produkt der BaSeTaLK-App startete das zweite Projektjahr. Während nach der ursprünglichen Planung Einzel- sowie Gruppenangebote vor Ort in Pflegeeinrichtungen durchgeführt werden sollten, musste aufgrund der Covid-19-Pandemie umgeplant werden. Die wöchentlichen Gespräche von circa 60 Minuten über 12 Wochen hinweg fanden deshalb über Videotelefonie statt. Während digitale Medien zum einen den Vorteil einer kompakten Materialzusammenstellung bieten und Impulse bereitstellen, konnte die App per Screensharing allen zuteilwerden. In die App integrierte Themen sind beispielsweise Ausbildung/Studium, Freunde, Familie, Schulzeit, Bücher, Filme,

Spiele, Essen/Trinken, Historische Ereignisse, Sport, Jahreszeiten, Tiere, Feiertag, Musik und wichtige Orte. Virtuelle Reisen können ans Meer, auf den Sportplatz oder ins Theater führen und bieten Anknüpfungspunkte für Gespräche (siehe Beispiel im Kasten S. 33).

### Das Know-how: Schulungen für Ehrenamtliche

Interessierte ältere Ehrenamtliche hat das Forschungsteam darin geschult, eigenständig Meetings zu hosten und ihren Bildschirm zu teilen und so die Inhalte allen Gesprächsteilnehmenden zugänglich zu machen. Der Erwerb dieser technischen Kompetenzen war ein Schulungsschwerpunkt, neben den Themen Gesprächsmoderation sowie Umgang mit Emotionen und Biografiearbeit. Fünf Senioreneinrichtungen im Raum Mainz und Regensburg nahmen an der Studie teil. 15 Bewohner:innen trafen sich in insgesamt 11 Einzel- und Gruppenkonstellationen zu einem wöchentlichen virtuellen Ausflug an diverse Orte mit der App.

### Die Projektergebnisse: der Plan ging auf

War die Durchführung der Maßnahme wie geplant machbar? Es zeigte sich, dass sich die älteren Ehrenamtlichen durch die Schulung sicher fühlten, das technische

### Die BaSeTaLK-App auf einen Blick

- Die App dient als Gesprächsleitfaden und kompakte Materialsammlung zur Stimulation biografischer Gespräche.
- Zielgruppe sind ältere Menschen in Senioreneinrichtungen. Sie kann von Fachpersonal sowie geschulten Laien eingesetzt werden.
- Mit der App können virtuell Ausflüge an insgesamt 15 Orte in Natur und Kultur gemacht werden.
- An den Orten finden sich abrufbare multimodale Impulse (Fotos, Fragen, Audio-Dateien).
- Entwickelt wurde die App in einem nutzerzentrierten Entwicklungsprozess, in den sowohl ältere Ehrenamtliche als auch Bewohner:innen von Pflegeeinrichtungen involviert wurden.

Um die BaSeTaLK-App im App-Store verfügbar zu machen, ist eine langfristige Finanzierung des Betriebs der App ab 2023 von Unternehmen oder Verbänden erforderlich. Weitere Informationen: [bit.ly/3GEt5v1](https://bit.ly/3GEt5v1)

Set-up aufzubauen, zu bedienen und die Gespräche zu moderieren. Hierbei wurden sie von den Mitarbeitenden mit logopädischer Qualifikation begleitet und supervidiert. In den Einrichtungen unterstützten Fachkräfte des

### Autorinnen und Autoren

Vera Leusch<sup>1</sup>, Sabine Corsten<sup>2</sup>, Katharina Giordano<sup>2</sup>, Daniel Kreiter<sup>1</sup>, Norina Lauer<sup>1</sup>; <sup>1</sup>OTH Regensburg, Fakultät Angewandte Sozial- und Gesundheitswissenschaften<sup>2</sup>, KH Mainz, Fachbereich Gesundheit & Pflege

Sozialdienstes die wöchentlichen Treffen. Sie stellten die Schnittstelle zwischen den Bewohner:innen und dem Forschungsteam dar und assistierten in der Bereitstellung der Tablets sowie bei den schriftlichen und mündlichen Befragungen. Zu Beginn eines jeden Treffens öffneten sie das Meeting zur Videotelefonie und holten am Ende das Tablet wieder ab.

Wie erlebten die älteren Menschen die Gespräche? Nach den zwölfwöchigen Gesprächssitzungen wurden die Teilnehmenden in Interviews befragt, wie sie die Zeit erlebt haben. Die Interviews wurden aufgezeichnet, transkribiert und in einer qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet. Rückblickend zeigen Stimmen, dass der Umgang mit der Technik neu und interessant war. Trotz des Kommunikationskanals über Videotelefonie gelang es, eine vertraute Atmosphäre herzustellen, obwohl sich die Gesprächsteilnehmenden zu Beginn fremd waren.

*„Es war einfach angenehm, es war schön, es war irgendwie vertraut. Ja, so würde ich das beschreiben.“ (Bewohnerin, 85 Jahre)*

Insbesondere die Bilder wurden als sehr stimulierend beschrieben, da sie durch Assoziationen Erinnerungen auslösen. Für die Moderation wurde die App als hilfreich erlebt, da sie eine leitende Funktion erfüllt, einen Zugang schafft und einen Einstieg in persönliche Gespräche erleichtert. Oftmals wurden Erinnerungen geweckt und Vergangenes wiederbelebt.

*Interviewerin: „Und was nehmen Sie jetzt aus dieser Erfahrung für sich mit?“*

*Bewohnerin (96 Jahre): „Dass ich lockerer werde, dass ich freier denke. Ich bin plötzlich in der Erinnerung der letzten Zeit leichter. Das tut der Erinnerung schon gut.“*

Auch die Ehrenamtlichen empfanden die Gespräche als bereichernd. So wurde als überraschend wahrgenommen, in welchem Maß solche Gespräche dazu beitragen können, Denkweisen zu reflektieren und durch neue Ideen und Anstöße eigene Perspektiven zu verändern.



*Katharina Giordano, Wissenschaftliche Mitarbeiterin im Projekt, zeigt die App für mehr Teilhabe.*

*Technische Hilfsmittel können dazu beitragen, Erinnerungsarbeit systematisch umzusetzen.*

*„Wir haben uns gegenseitig im wahrsten Sinne des Wortes befruchtet mit neuen Ideen, mit neuen Denkweisen. Und das war sehr gut. War wirklich sehr gut. Hätte ich mir vorher nie vorstellen können, dass da so etwas passiert.“ (Ehrenamtler, 75 Jahre)*

### **Niedrigschwelliges Angebot bald frei verfügbar**

Die Zielgruppe älterer Menschen im Heim, die besonders Unterstützung benötigt, wächst zunehmend. Die digital unterstützte Methode erweist sich als ein geeignetes niederschwelliges Angebot für den Einsatz dort. Nach Abschluss

der Evaluation wird die App als Open-Source-Anwendung veröffentlicht. Damit kann sie frei in Betrieb genommen werden. Nur durch eine solche Inbetriebnahme kann die App nach Projektende langfristig über einen App-Store Nutzer:innen verfügbar gemacht werden. Unterschiedliche Berufsgruppen (Fachkräfte der Pflege, Logopädie, Ergotherapie, Psychotherapie, Soziale Arbeit sowie zusätzliche Betreuungskräfte) können damit das Vorgehen in die Gesundheitsversorgung implementieren.

*Das Forschungsteam von BaSeTaLK:*

*Prof.in Dr. Sabine Corsten (Projektleitung und Projektkoordination, Katholische Hochschule Mainz)*

*Prof.in Dr. Norina Lauer (Projektleitung, Ostbayerische Technische Hochschule Regensburg)*

*Vera Leusch (Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Ostbayerische Technische Hochschule Regensburg)*

*Katharina Giordano (Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Katholische Hochschule Mainz)*

*Daniel Kreiter (Technischer Mitarbeiter, Ostbayerische Technische Hochschule Regensburg)*

*Förderkennzeichen und Kontakt: FKZ 13FH515SA7 (KH Mainz) und FKZ 13FH515SB7 (OTH Regensburg)*

*Kontakt: [basetalk.de](mailto:basetalk.de), [info@basetalk.de](mailto:info@basetalk.de)*

### **Mehr zum Thema**

Lesen Sie auch den Schwerpunkt zum Thema Digitalisierung in **aktivieren** (2/2022). Darin enthalten ist unter anderem der Beitrag von Armando Sommer „Virtuell reisen und entspannen“. Anregungen für biografische Angebote finden Sie in der Ideendatenbank von **aktivieren Plus** ([aktivieren-plus.de](http://aktivieren-plus.de)). Der Zugang ist im Abonnement der Zeitschrift bereits enthalten. Zur Registrierung bitte Abo-Nummer bereithalten.